

# Fragenbogen zur Evaluation und Reflexion der Gruppenpsychotherapie

Chiffre:

Behandlungszeitraum:

Stundenkontingent:

Die folgenden Fragen beziehen sich auf Ihre Behandlung in der Gruppenpsychotherapie. Ihre Antworten sind wertvoll für Ihre und meine Reflexion des Therapieprozesses und sollen der stetigen Weiterentwicklung und Verbesserung meines therapeutischen Angebots dienen. Sollten Daten zu Forschungszwecken verwendet werden, werden Sie in einem Datensatz zusammengefasst, was in jedem Fall einen Rückschluss auf Sie als Person unmöglich macht (siehe Behandlungsvereinbarung).

*Bitte beantworten Sie die Fragen so spontan und ehrlich wie möglich.*

<b>1. Die Behandlung wird von mir als</b>	wertlos	<input type="checkbox"/>	wertvoll angesehen.				
<b>2. Ich fühle mich</b>	wenig	<input type="checkbox"/>	viel gebessert.				
<b>3. Ich habe z. Z.</b>	Weniger	<input type="checkbox"/>	mehr körperliche Symptome				
<b>4. Ich fühle mich psychisch</b>	freier	<input type="checkbox"/>	psychisch gehemmter				
<b>5. Ich schätze den Betrag neu gewonnener Erfahrungen für meine Situation zu Hause</b>	groß	<input type="checkbox"/>	gering ein				
<b>6. Ich schätze den Betrag neugewonnener Erfahrungen für meine berufliche Situation</b>	groß	<input type="checkbox"/>	gering ein				
<b>7. Ich konnte von der Gruppe</b>	wenig profi- tieren	<input type="checkbox"/>	sehr profitieren				

<b>8. In der Gruppe habe ich mich</b>	sehr wohl	<input type="checkbox"/>	unwohl gefühlt				
<b>9. Ich wurde in der Gruppe</b>	labiler	<input type="checkbox"/>	stabiler				
<b>10. Ich konnte den anderen meine Probleme und Schwierigkeiten</b>	leicht	<input type="checkbox"/>	schwer darlegen				
<b>11. Es gelang mir, mit Hilfe der anderen eigene Probleme</b>	gut	<input type="checkbox"/>	schwer zu bearbeiten				
<b>12. Ich fühlte mich in der Gruppe</b>	verstanden	<input type="checkbox"/>	unverstanden				
<b>13. Ich fühlte mich in der Gruppe</b>	abhängig	<input type="checkbox"/>	selbstständig				
<b>13. Ich fühlte mich in der Gruppe</b>	verantwortlich	<input type="checkbox"/>	nicht verantwortlich				

Ich hatte eine gute und vertrauensvolle Beziehung zur Therapiegruppe.

- Trift voll zu
- Trift eher zu
- Trift teilweise zu
- Trift weniger zu
- Trift nicht zu

Ich habe mich frei gefühlt, andere TeilnehmerInnen und meinen Therapeuten auch auf schwierige Gefühle, Ihnen gegenüber anzusprechen.

- Trift voll zu
- Trift eher zu
- Trift teilweise zu
- Trift weniger zu
- Trift nicht zu

Ich konnte in der Therapiegruppe auch schambehaftete und schwierige persönliche Themen besprechen.

- Trift voll zu
- Trift eher zu
- Trift teilweise zu
- Trift weniger zu
- Trift nicht zu

Ich fühle mich nach der Gruppenpsychotherapie weniger durch die Symptome und Schwierigkeiten belastet, wegen der er ich eine Psychotherapie aufgesucht habe.

- Trift voll zu
- Trift eher zu
- Trift teilweise zu
- Trift weniger zu
- Trift nicht zu

Wir haben meine zentralen Themen erkannt und strukturiert daran gearbeitet.

- Trift voll zu
- Trift eher zu
- Trift teilweise zu
- Trift weniger zu
- Trift nicht zu

Zu Beginn der Therapie fühlte ich mich gut über Arbeitsweise, Wirkungen und Nebenwirkungen und alternative Therapieverfahren aufgeklärt.

- Trift voll zu
- Trift eher zu
- Trift teilweise zu
- Trift weniger zu
- Trift nicht zu

Das Vorgehen meines Therapeuten war für mich transparent und nachvollziehbar.

- Trifft voll zu
- Trifft eher zu
- Trifft teilweise zu
- Trifft weniger zu
- Trifft nicht zu

Die Gruppenpsychotherapie bot eine gute Balance zwischen Prozessoffenheit und Struktur.

- Trifft voll zu
- Trifft eher zu
- Trifft teilweise zu
- Trifft weniger zu
- Trifft nicht zu

Durch die Gruppenpsychotherapie habe ich eine bessere Kenntnis von mir erlangt.

- Trifft voll zu
- Trifft eher zu
- Trifft teilweise zu
- Trifft weniger zu
- Trifft nicht zu

Durch die Gruppenpsychotherapie gelingt es mir besser mit meinen Emotionen umzugehen.

- Trifft voll zu
- Trifft eher zu
- Trifft teilweise zu
- Trifft weniger zu
- Trifft nicht zu

Durch die Gruppenpsychotherapie habe ich eine bessere Wahrnehmung meines Körpers erlangt.

- Trifft voll zu
- Trifft eher zu
- Trifft teilweise zu
- Trifft weniger zu
- Trifft nicht zu

Durch die Gruppenpsychotherapie fühle ich mich selbstbewusster.

- Trifft voll zu
- Trifft eher zu
- Trifft teilweise zu
- Trifft weniger zu
- Trifft nicht zu

Durch die Gruppenpsychotherapie fühle ich mich innerlich sicherer.

- Trifft voll zu
- Trifft eher zu
- Trifft teilweise zu
- Trifft weniger zu
- Trifft nicht zu

Durch die Therapie habe ich ein tieferes Vertrauen darin entwickelt, einen Umgang mit den Herausforderungen des Lebens finden zu können.

- Trifft voll zu
- Trifft eher zu
- Trifft teilweise zu
- Trifft weniger zu
- Trifft nicht zu

Nach der Therapie leide ich weniger unter meinen psychischen Problemen, als vor der Therapie.

- Trifft voll zu
- Trifft eher zu
- Trifft teilweise zu
- Trifft weniger zu
- Trifft nicht zu

Beziehungsklärungen mit anderen GruppenteilnehmerInnen haben mir beim Verständnis meiner zwischenmenschlichen Themen weitergeholfen.

- Trifft voll zu
- Trifft eher zu
- Trifft teilweise zu
- Trifft weniger zu
- Trifft nicht zu

Der Abschiedsprozess der Psychotherapie wurde rechtzeitig eingeläutet und gut begleitet.

- Trifft voll zu
- Trifft eher zu
- Trifft teilweise zu
- Trifft weniger zu
- Trifft nicht zu

Ich denke, dass die Fortschritte, die ich in der Psychotherapie habe machen können, auch über die Gruppengespräche hinaus wirken werden.

- Trifft voll zu
- Trifft eher zu
- Trifft teilweise zu
- Trifft weniger zu
- Trifft nicht zu

Welches sind Ihre wichtigsten Erfahrungen im Bereich der Selbstkenntnis?

---

---

---

---

Was sind Ihre wichtigsten zwischenmenschlichen Erfahrungen?

---

---

---

---

Durch die Psychotherapie habe ich folgende Fortschritte machen können / persönliche Veränderungen bemerkt:

---

---

---

---

Wovon habe ich in der Psychotherapie am meisten profitiert?

---

---

---

---

Wenn es für mich einen zentralen Moment in der Therapie gab, welcher war dies?

---

---

---

---

Was glaube ich, wie die Psychotherapie bei mir gewirkt hat?

---

---

---

---

Was war für mich das Wichtigste innerhalb der Psychotherapie?

---

---

---

---

Was kam für mich zu kurz?

---

---

---

---

Wovon hätte ich mir mehr gewünscht?

---

---

---

---

Was möchte ich sonst noch sagen:

---

---

---

---

*Herzlichen Dank für das Ausfüllen des Evaluationsbogens!*